

**Creador:** La oveja negra



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Macrobióticos

**Otros:** Cocina Creativa

**Coste:** Económico

**El truco de esta receta:**

Reserva unos cuantos piñones tostados para decorar el plato.

**Descripción:**

## Ingredientes para 4 personas :

- 250 gr de Spaguettis Integrales Gallo
- 100 gr de Yogur natural de soja Savia Danone
- 75 gr de Piñones
- 2 cucharaditas de Salsa de soja
- 1 cucharada de Aceite de Sésamo
- Sal marina
- Pimienta
- Hojas de Menta

## Preparación:

### Paso 1

Cocer los spaguettis siguiendo las instrucciones del fabricante.

### Paso 2

En un cuenco, mezclamos el yogur junto con las hojas de menta picadas y sazonamos.

### Paso 3

En una sartén con un poco de aceite, ponemos los piñones y los doramos. El resto de los piñones los mezclamos con la salsa de soja.

### Paso 4

Ecurrimos bien los espaguettis y los pasamos unos segundos por el grifo de agua fría.

### Paso 5

***En un bol grande, mezclamos los espaguetis con el yogur y la soja con los piñones. Servimos adornado con unas hojas de menta.***